Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 57 (2000)
Heft: 12: Stress : ein schleichendes Gift?

Artikel: Möglichkeiten und Grenzen der Phytotherapie
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-558338

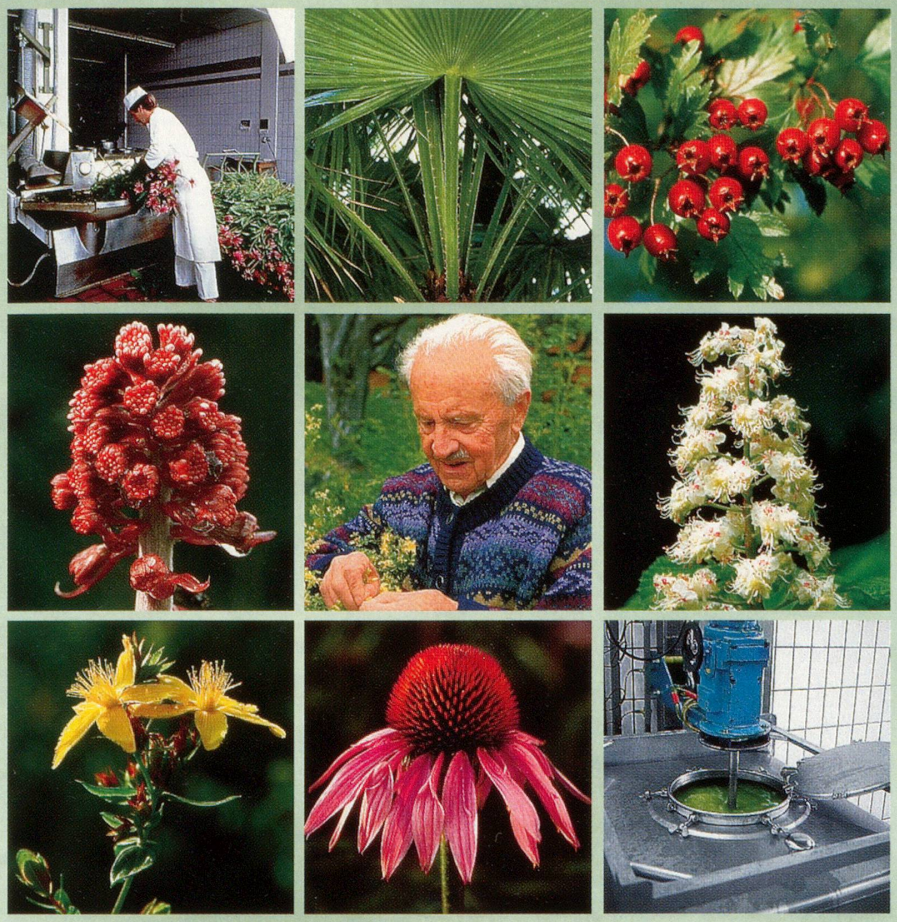
Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 12.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch



«Alle der Pflanze innewohnenden Wirk- und Begleitstoffe haben ihre Bedeutung. Sie ergänzen sich gegenseitig und wirken als Gesamtheit. – Es ist wichtig, gesunde Samen in gesunden Böden wachsen zu lassen sowie die Pflanze schonend und ohne Einsatz von giftigen oder umweltfeindlichen Hilfsstoffen zum Heilmittel zu verarbeiten. Dieses soll, wo immer möglich und sinnvoll, aus frischen Pflanzen entstehen.» An diesem Leitsatz von Alfred Vogel orientiert sich heute noch das von ihm vor fast vierzig Jahren gegründete Unternehmen Bioforce AG.

Möglichkeiten und Grenzen der Phytotherapie

Die Pflanzenheilkunde bewegt sich heute in einem Spannungsfeld zwischen Tradition und Innovation. Neben den pflanzlichen Arzneimitteln, die sich «nur» auf die traditionelle Anwendung berufen, hat sich eine Reihe von zugelassenen Phytotherapeutika etabliert, welche mit Hilfe wissenschaftlicher Methoden den Nachweis der Qualität, der therapeutischen Wirksamkeit und Unbedenklichkeit erbringen und überprüfen lassen mussten. Viele Pflanzenheilmittel haben ihren festen Platz in der Selbstbehandlung, jedoch wünscht sich eine grosse Mehrheit der Menschen, mit dem Arzt über ihre Anwendung sprechen zu können.

Umfrageergebnisse zeigen, dass Naturheilmittel (vor allem Pflanzenheilmittel) immer stärker gefragt sind. In den letzten 30 Jahren ist die Zahl der Anwender stetig gestiegen. Die Anstiege betreffen beide Geschlechter, alle Altersgruppen und alle intellektuellen Schichten. Obwohl also Pflanzenarzneien in der Selbstmedikation breiten Raum

einnehmen, sind 75 Prozent der Befragten der Meinung, es sei «wichtig» bzw. «sehr wichtig», dass Naturheilmittel vom Arzt verschrieben werden können. Das unterstreicht, dass für die Mehrheit der Bevölkerung pflanzliche Heilmittel auch in der ärztlichen Therapie unverzichtbar sind.

Phytotherapie und «Schulmedizin»

Die Pflanzenheilkunde wurde und wird leider noch häufig einer «alternativen Therapieszene» zugeordnet, und so lange die Phytotherapie, also die Anwendung der Heilpflanzen am kranken Menschen, kein Pflichtfach in der medizinischen Ausbildung ist, werden noch eine Menge Hürden in der Akzeptanz der Ärzteschaft zu überwinden sein. Bei vielen Ärzten hat sich jedoch schon die Erkenntnis durchgesetzt, dass die Phytotherapie keine *Alternative* zur Schulmedizin, sondern *Bestandteil* einer modernen, naturwissenschaftlich orientierten Medizin, eine wichtige Farbe auf der therapeutischen Palette ist.

Denn Pflanzenheilmittel mit ihrem breiten pharmakologischen und therapeutischen Wirkprofil schliessen Lücken in der Behandlung und bieten ausgezeichnete Möglichkeiten zur Therapie und Vorbeugung akuter und chronischer Krankheiten. Dabei entfalten sie ein günstiges Nutzen-/Risiko-Verhältnis, das heisst, sie sind bei guter Wirksamkeit in der Regel unbedenklich und gut verträglich. Schwerpunkte der Anwendung sind leichtere und mittelschwere Erkrankungen. Gute Resultate werden erzielt bei der Stärkung der körpereigenen Abwehr, Erkältungskrankheiten, Atemwegserkrankungen, Erschöpfungszuständen, Nervosität, Schlafstörungen, vielen Hautkrankheiten, leichten bis mittelschweren Depressionen, Herz-/Kreislauf-Erkrankungen, Rheumaleiden, Durchblutungsstörungen, Venenleiden, Magen-/Darmproblemen, Wechseljahrsbeschwerden, beim prämenstruellen Syndrom, der gutartigen Prostatavergrösserung, der Alzheimer-Krankheit u.a.m. Als begleitende Therapie, welche die Immunabwehr stärkt und die Selbstheilungskräfte des Patienten unterstützt, können pflanzliche Heilmittel auch bei schweren Krankheiten wie Krebs sinnvoll sein.

Urteile und Vorurteile

Die einen bezeichnen die in den Pflanzen enthaltenen Wirkstoffe als «Wunderwaffen», die anderen polemisieren gegen die «Blümchen» und das «Grünzeug» mit der vereinfachenden Behauptung, auch Pflanzen könnten töten. Die in den Medien so häufig und so schön vorgetragene Scheinalternative von (guter) «Natur» kontra (böse) «Chemie» gipfelt dann oft in dem (so zynischen wie falschen) Satz: «Wo es keine Nebenwirkungen gibt, ist auch keine Wirkung zu verzeichnen.» Pauschale und undifferenzierte Äusserungen, pflanzliche Heilmittel hätten hinsichtlich ihrer Wirksamkeit allenfalls einen zweifelhaften Nutzen sind genauso falsch wie die Behauptung, alles Pflanzliche sei stets «sanft» und im Gebrauch absolut risikolos.

Therapieziele in der Pflanzenheilkunde

«Die Phytotherapie hat Behandlungsziele bewahrt, ... die in anderen Teilen der Medizin vernachlässigt wurden (z.B. ganzheitliche Ansätze, Selbstheilungskräfte, Selbstregulationsmöglichkeiten, Vorbeugung, ‹milde› Wirkungen, ‹naturgemässe› Eingriffe, Selbstkompetenz der Behandlung). Solche Ansätze sind derzeit bei Patienten, aber auch einer Reihe von Ärzten hochaktuell.»

Zitat aus: Saller/Reichling/Hellenbrecht «Phytotherapie, Klinische, pharmakologische und pharmazeutische Grundlagen», Haug Verlag, Heidelberg 1995

Kritische Verbraucher sollten im Gebrauch von Pflanzenheilmitteln stets folgende Punkte beachten:

✻ Phytotherapeutika sind Medikamente. Obwohl sie im Allgemeinen kaum Nebenwirkungen aufweisen, können (wie bei jedem Medikament) in einzelnen Fällen unerwünschte Wirkungen und Wechselwirkungen (Interaktionen) mit anderen Heilmitteln auftreten. → Lesen Sie den Beipackzettel genau, und beachten Sie die unter «Gegenanzeigen» (Kontraindikationen) aufgeführten Punkte.

✻ Im Allgemeinen sind Pflanzenheilmittel gut zur Dauereinnahme geeignet. Es gibt aber auch Heilpflanzen, deren Gebrauch nur über einen kürzeren Zeitraum angebracht ist. Z.B. können Wacholderbeeren in hohen Dosen bei langer Verwendung die Nieren schädigen oder Pfefferminze kann bei dauerndem Gebrauch unter Umständen den Magenschliessmuskel erschlaffen lassen und dadurch Sodbrennen auslösen. → Fragen Sie bei Dauergebrauch pflanzlicher Heilmittel den Arzt, Apotheker, Heilpraktiker oder Drogisten.

✻ Auch pflanzliche Arzneimittel sind nicht immer ideal für Schwangere. → Nehmen Sie in der Schwangerschaft keinerlei Präparate ohne den Rat des Arztes oder Apothekers ein.

✻ Auch in der Pflanzenheilkunde gibt es keine Mittel, die *gleichzeitig* bei einer Vielzahl von Indikationen (von Aids über Krebs und Kopfschmerzen bis zur Prophylaxe von Fehlgeburten) wirksam sind. Wenn Ihnen solche Anpreisungen begegnen, ist besondere Vorsicht und Skepsis angebracht. → Erkundigen Sie sich in Apotheken, Drogerien, beim Konsumentenschutz, in Verbraucherzentralen, bei den Gesundheitsbehörden oder anderen unabhängigen Fachleuten.

✻ Die verwendeten Pflanzen dürfen nicht mit Herbiziden oder Pestiziden behandelt worden, nicht mit Schwermetallen verseucht und schon gar nicht mit synthetischen Medikamenten kontaminiert sein (was vor allem bei Pflanzenpräparaten aus dem asiatischen Raum schon vorkam). → Bevorzugen Sie zu Ihrer eigenen Sicherheit Pflanzenpräparate, deren Ausgangsprodukte aus kontrolliert biologischem Anbau stammen.

✻ Achten Sie auf die Bezeichnung «standardisiert». Sie garantiert eine gleichbleibende Wirkung. → Bei den Frischpflanzen-Heilmitteln von A. Vogel bedeutet Standardisierung die Vereinheitlichung der Qualität auf allen Stufen der Herstellung, ausgehend vom selbstgezogenen Saatgut bis hin zur fertigen Tinktur oder Tablette.

✻ Durch den Trocknungsvorgang verlieren die Pflanzen nicht nur wertvolle ätherische Öle, es treten im gesamten Gefüge Veränderungen ein, die den Wirkstoffgehalt und manchmal die Stabilität negativ beeinflussen können. → Alfred Vogel beobachtete an seinen Patienten eine bessere, d.h. breitere und tiefere Wirkung durch die Extrakte aus frischen Pflanzen als aus getrockneten.

✻ Nicht zuletzt stellt der gute Name des Herstellers eine gewisse Qualitätsgarantie dar. → Seriöse Produzenten stehen Therapeuten und Verbrauchern mit Auskünften und allfälligen wissenschaftlichen Untersuchungen/Dokumentationen zur Verfügung. • IZR